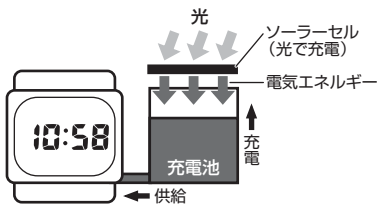
十分に光を当ててご使用ください

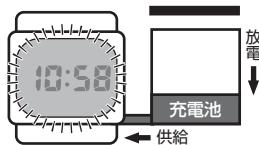
本機は、光で発電した電気を充電しながら使うようになっております。
安定してお使いいただくためには、本機のソーラーセルに光が当たるようにしてお使いください。

●光が当たっているときと当たらないとき

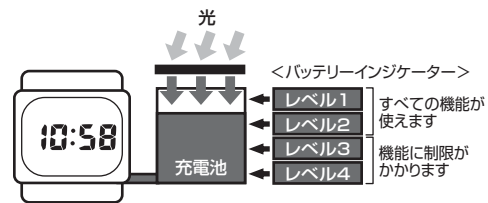
〈光が当たっているとき〉

〈光が当たっていないとき〉

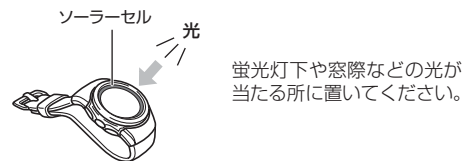
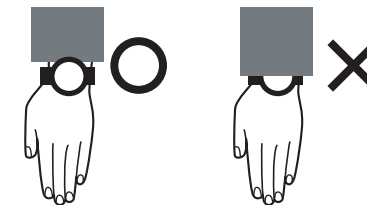
時計は光が当たらないときでも常に動いていますので、このままでは充電池の容量が減って機能が使えなくなります。

●ライト（表示用照明）をたくさん使うと

ライトを多用すると充電池の容量は早く減ります。

オートライト機能を使うと、頻繁にライトが点灯する状態になりますのでご注意ください。

●時計に光が当たるようにしましょう

- 電池容量を示すバッテリーインジケーターがレベル３になると機能に制限がかかりますので、レベル1、レベル2を保つように光を当ててください。

- 腕から外したときは表示面（ソーラーセル）を明るい方に向けて置くなどして、充電を心掛けてください。

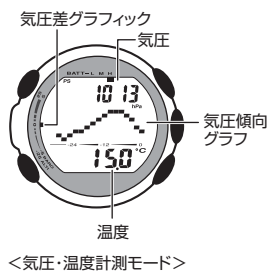
蛍光灯下や窓際などの光が当たる所に置いてください。

- 腕に付けているときはなるべく袖が表示面（ソーラーセル）にかからないように使用してください。

一部でも袖に隠れていると、充電効率が著しく低下します。

本機の使用例 ＜登山に使用するとき＞

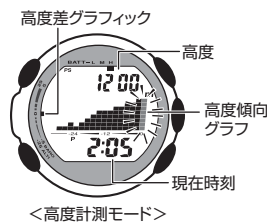
本機は内蔵されたセンサーにより、高度・気圧・温度をそれぞれ計測しますので、登山やハイキングなどに使用すると便利です。

Ⅰ. 登山前

気圧の変化から今後のお天気の傾向がわかります。
➔「気圧・温度計測」参照

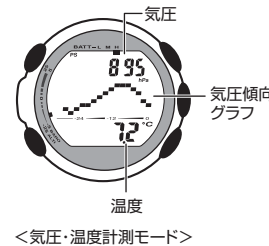
気圧差グラフィック
気圧
1013
気圧傾向グラフ
15.0
温度

＜気圧･温度計測モード＞

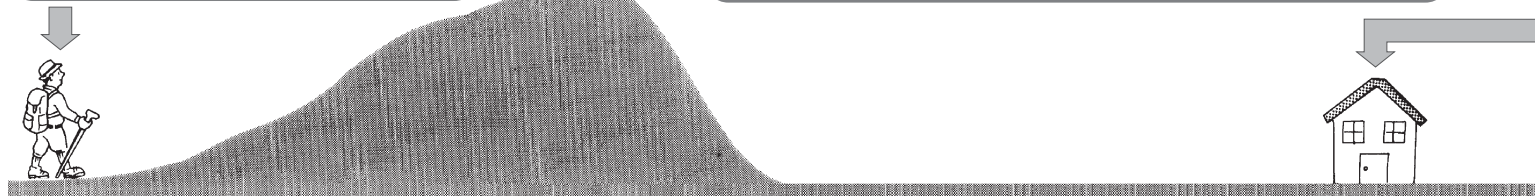
Ⅱ. 登山を始めてから

●高度を見て、どのくらい登ったかがわかります。
また、高度と日時がメモリーできます。
➔「高度計測」参照

＜高度計測モード＞

●登山中の気圧や気温を計測することができます。
➔「気圧・温度計測」参照

気圧
895
気圧傾向グラフ
7.2
温度

＜気圧･温度計測モード＞

Ⅲ. 登山後、家に戻ってから

登山中にメモリーした高度を見直し、次回の登山計画などを立てることができます。
➔「メモリーしたデータを見る」参照

操作のしくみと表示の見方

●Ⓑ や Ⓓ ボタンを押すと各計測モードに切り替わり、自動的に計測が開始されます（Ⓒ ボタンを押すと時刻モードに戻ります）。
●高度計測モードで９ 〜 10 時間ボタン操作を行なわないと、自動的に時刻モードに戻ります。

●Ⓒ ボタンを押すごとに、リコールモード、ストップウオッチモード、タイマーモード、アラームモードに切り替わります。
●リコールモード、アラームモード、気圧・温度計測モードで２ 〜 ３分間ボタン操作を行なわないと、自動的に時刻モードに戻ります。

気圧・温度計測モード

気圧と温度の計測ができます。
気圧傾向グラフを表示します。

高度計測モード

高度の計測ができます
高度のメモリーができます。

時刻モード

★表示切替えについて
Ⓐボタンを押すごとに、時刻表示と気圧傾向グラフ表示とが切り替わります。

リコールモード

メモリーした高度を呼び出して見ることができます。

ストップウオッチモード

1/100秒単位で23時間59分59秒99（24時間計）まで計測できます。

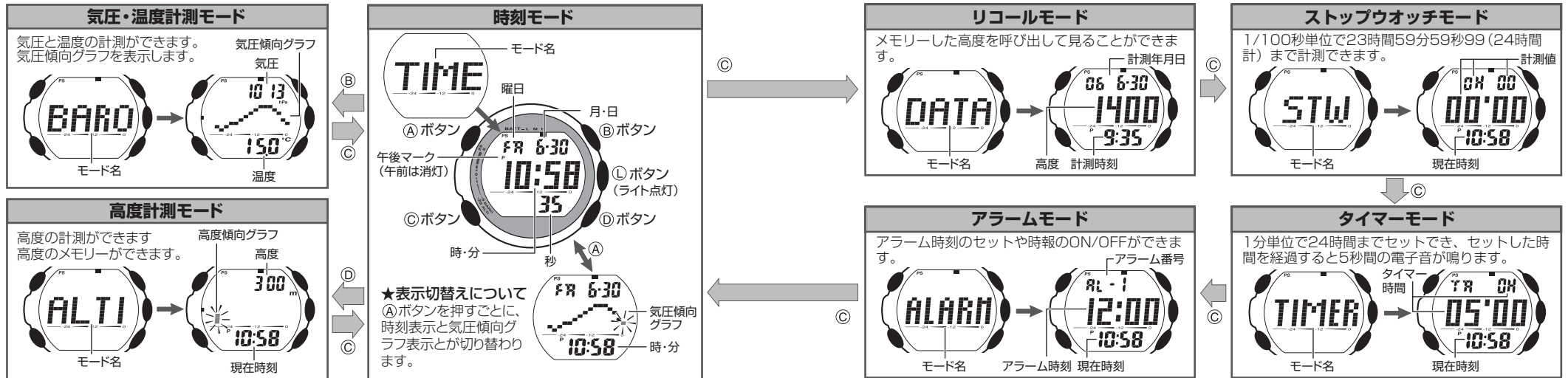
タイマーモード

1分単位で24時間までセットでき、セットした時間を経過すると5秒間の電子音が鳴ります。

タイマー時間
TIMER
モード名
現在時刻

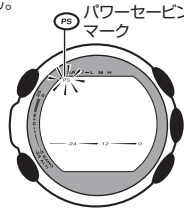
アラームモード

アラーム時刻のセットや時報のON/OFFができます。

アラーム番号
ALARM
モード名
アラーム時刻
現在時刻

パワーセービング機能について

パワーセービング機能とは、暗いところに放置すると自動的に液晶表示を消してスリープ状態にし、節電する機能です。本機は工場出荷時に「パワーセービング機能」を ON に設定してあります。
※時計が袖などで隠れている場合でも、表示が消えることがあります。

●スリープ状態になるには

- 表示スリープ
  午後 10 時〜午前６時の間、暗いところで本機を約１時間放置します。
  ※ タイマーモードとストップウオッチモードのときは、スリープ状態になりません。
  ➟液晶表示が消え、パワーセービングマークが点滅します。
  アラーム・時報の報音、タイマーのタイムアップ報音は行ないます。

- 機能スリープ
  表示スリープのまま暗いところで6〜7日間経過します。
  ➟パワーセービングマークが点滅から点灯にかわります。
  アラーム・時報の報音、タイマーのタイムアップ報音は行ないません。
  ２時間毎の気圧計測も行ないません。
  ※ 時計機能は正常に作動しています。

●スリープ状態を解除するには

本機を明るいところに置くか､いずれかのボタンを押すか、オートライト（「ライトを点灯させる」参照）のように傾けたりします。
※本機を明るいところに出した場合は、表示が点灯するまでに最大２秒かかる場合があります。

●パワーセービング機能の ON ／ OFF

パワーセービング機能を働かせなくするには｢セットのしかた｣をご覧になり､パワーセービング機能をOFFにしてください。

机の中などに長期間しまっておくときは､パワーセービング機能をONにしておけば､節電効果があります。

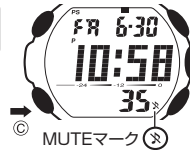
操作音について

モード切替え時などに鳴る操作音のON／OFFを切り替えることができます。

■操作音の ON ／ OFF 設定

セット中（表示点滅）以外のどのモードのときでも

Ⓒ ボタンを約３秒間押します

➟確認音が鳴り、操作音の ON ／ OFF が切り替わります。
※ 操作音を OFF にしているときは、MUTEマークが点灯します。
※ Ⓒ ボタンを押したときに、モードも切り替わりますので、ご注意ください。
※ 操作音がOFFでも､アラーム音、時報音、タイマーのタイムアップ音、高度メモリー操作音は鳴ります。

電源について

本機はソーラーセルで発電し、二次電池に充電しながら使うようになっております。
光が当たりにくい場所での保管および使用、長袖で本機が隠れたままの使用が長時間続きますと、二次電池が消耗して表示しなくなることがあります。
安定してご使用いただくために、なるべく光が当たるようにしてお使いください。

二次電池が消耗して時計機能が停止すると(レベル5)、メモリーされているデータや設定は消去されます。

●リカバーマークが点灯している場合

ライトやアラームなどを短時間に連続して使用し、電池に大きな負担がかかった場合、リカバーマークが点灯して、一時的に以下の操作ができなくなります。

- ELバックライトの点灯
- アラーム・時報などの報告
- タイマーのタイムアップ報音
- センサー計測

この場合は、時間がたてば電池電圧が復帰し、使用できるようになります。

●バッテリーインジケーターの見方

レベル	表示	状態
レベル1	BATT-L M H	すべての機能が使用可能
レベル2	BATT-L M H	すべての機能が使用可能
レベル3	LO 6-30	EL点灯不可、アラームなどの報音不可、センサー計測不可
レベル4	CHG	液晶表示不可、EL点灯不可、アラームなどの報音不可、センサー計測不可
レベル5	BATT-L M H	時計機能停止（時計発振不可）

※直射日光下などの強い光で充電した場合、バッテリーインジケーターが一時的に実際の電池容量より高いレベルを表示することがあります。レベルは充電後しばらくしてから確認してください。

※レベル５になっても再度充電を行なうことで使用できます。

※レベル５から充電したときは、レベル４になると表示が点灯し、CHGマークが点滅します。ただし、この状態では機能が使用できませんので、レベル2またはレベル1になるまで十分に光を当ててから、ご使用ください。

●充電必要サイン

レベル4の状態は、電池残量が極端に少なくなっています。このときは、本機を光に当てて、十分に充電を行なってください。
また、頻繁にリカバーマークが点灯する場合も電池残量が少なくなっていますので光を当てて充電してください。

●充電時のご注意

以下のような高温下での充電はお避けください。

- 炎天下に駐車中の車のダッシュボード
- 白熱ランプなどの発熱体に極端に近い所
- 直射日光が長く当たって、高温になる所

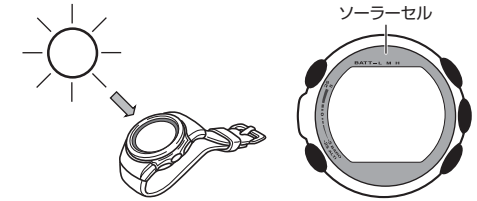
なお、極端な高温下では液晶パネルが黒くなることがありますが、温度が下がれば正常に戻ります。

充電の際、光源の条件によっては時計本体が極端に高温になることがありますので、やけどなどをしないようにご注意ください。

●充電のしかた

本機のソーラーセル部を光源に向けます。

※ソーラーセルの一部が隠れていると充電効率が下がりますので、ご注意ください。

例）時計の置き方

※イラストは樹脂バンドの場合です。

●充電の目安

本機は一度フル充電すると、充電しなくても基本動作*に加え、下記の使用例で使用した場合に約7ヶ月動き続けます。

使用例

- ライト：1.5秒間／日
- アラーム報音：10秒間／日
- 高度計測：10時間／月
- 表示点灯：18時間／日

なお、こまめに充電を行なえば、安定してご使用いただけます。

* 基本動作とは、時計内部の時刻演算処理のことです。

〈1日動くのに必要な充電時間〉
※左記の条件で使用した場合

環境（照度）	充電時間
晴れた日の屋外など（50,000ルクス）	約5分
晴れた日の窓際など（10,000ルクス）	約24分
曇り日の窓際など（5,000ルクス）	約48分
蛍光灯下の室内など（500ルクス）	約8時間

●各レベルに回復するための充電時間

環境（照度）	充電時間 レベル5➡レベル4➡レベル3	➡レベル2	➡レベル1
晴れた日の屋外など（50,000ルクス）	約2時間	約19時間	約6時間
晴れた日の窓際など（10,000ルクス）	約5時間	約96時間	約27時間
曇り日の窓際など（5,000ルクス）	約9時間	約194時間	約54時間
蛍光灯下の室内など（500ルクス）	約97時間	―――	―――

※この充電時間は目安のため、実際の環境下においては充電時間が異なる場合があります。

●センサー計測中の電圧降下について

気圧・温度、高度の各計測モードにおいて、電池容量のレベルが２以上であるにもかかわらず、電池電圧がセンサー駆動電圧に満たない場合は、センサー計測が行なわれず、下記状態となります。

	モード切替え直後	計測中
気圧	空白	―――
温度	空白	―――
高度	空白	―――

※ただし電池電圧が復帰すれば通常通り使用できます。

表示照明用 EL バックライトについて

本機の表示部には EL パネル（エレクトロルミネッセンスパネル）が内蔵されており、暗いときにライトを点灯させて表示を見ることができます。また、時計を傾けると暗いときにライトが点灯するオートライト機能もあります。

■ ボタンを押して点灯させる
～手動点灯～

どのモードのときでも、

Ⓛ ボタンを押します

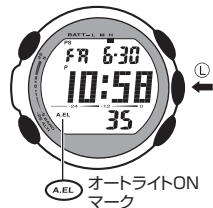
➟ Ⓛ ボタンを押すとライトが約 1.5 秒間点灯します。

※オートライト OFF のときも Ⓛ ボタンを押すと点灯します。

本機を振ると「カラカラ」と音がすることがあります。これはオートライト機能のためのスイッチ（金属球）が内部で動くための音で、故障ではありません。

■ 時計を傾けて点灯させる
～オートライト機能～

オートライトは、ボタンを押さなくても暗いときに時計を傾けるだけでライトが点灯する便利なフルオートライト機能です。
※明るいときは、自動点灯しません。

準備：セット中（表示点滅）以外の時刻モードのとき、Ⓛ ボタンを約 3 秒間押し続けて、オートライト ON（オートライト ON マーク点灯）にします。

※オートライト ON のとき、Ⓛ ボタンを約 3 秒間押し続けるとオートライトOFF（オートライトONマーク消灯）に戻ります。

●ライトを点灯させる

※オートライト機能を使用するときは、時計を**「手首の外側」**にくるようにつけてください。
※文字板の左右（3時－9時方向）の角度を± 15° 以内にしておいてください。15° 以上傾いていると表示しにくくなります。

〈EL 点灯についてのご注意〉
- ●直射日光下では点灯が見えにくくなります。
- ●点灯中にアラームなどが鳴り出すと点灯を中断します。
- ●点灯中に時計本体より音が聞こえることがありますが、これはELパネルが点灯する際の振動音であり、異常ではありません。
- ●ライトは、センサー計測モードのセット状態では点灯しません。

〈オートライトご使用時の注意〉
- ●オートライトを頻繁に使用すると電池の持続時間が短くなりますのでご注意ください。
- ●時計が服の袖に隠れるようにつけると、明るいときでもオートライトが点灯することがあります。
- ●時計を傾けたとき、ライトの点灯が一瞬遅れることがありますが異常ではありません。
- ●ライト点灯後、時計を傾けたままにしておいても、点灯は約1.5秒間のみとなります。
- ●バッテリーインジケーターがレベル4になると、自動的にオートライト OFF になります。
- ●時計を「手首の内側」につけていたり、腕を振ったり、腕を上にあげたりしても点灯することがあります。**オートライトを使用しないときは必ず OFF** にしておいてください。

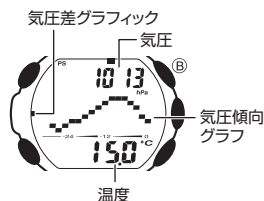
※時計を「手首の内側」につけるときはできるだけオートライトを OFF にしてご使用ください。

- ●静電気や磁気などでオートライトが動作しにくくなり、点灯しないことがあります。このときはもう一度水平状態から傾けなおしてみてください。なお、それでも点灯しにくいときは、腕を下からふりあげてみると点灯しやすくなります。

気圧・温度計測

■ 気圧・温度計測のしかた

時刻モード、高度計測モードのときに Ⓑ ボタンを押して気圧・温度計測モードに切り替えると、気圧と気圧傾向グラフ、温度を表示します。

●表示の見方

※ モード切替え直後は気圧表示に4～5秒かかる場合があります。

●気圧・温度計測について

気圧・温度計測モードに切り替えると、最長約 3 分間は約 5 秒ごとに計測します。
以後、Ⓑ ボタンを押すごとに再計測を行ないます。
※外気温を計測するときは、時計を腕からはずして、体温、汗（水滴）、直射日光などの影響を受けないようにしてください。

＜気圧計測＞
計測範囲：260hPa ～ 1,100hPa
計測単位：1hPa
※計測値が計測範囲を超えた場合は、"－－－－" 表示となります。

＜温度計測＞
計測範囲：－ 10.0℃～ 60.0℃
計測単位：0.1℃
※計測値が計測範囲を超えた場合は、"－－－" 表示となります。

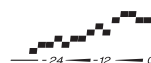
●気圧傾向グラフについて

2時間おきに自動計測された気圧値をグラフで表示します。

気圧・温度計測モードでボタン操作を行なわずに約 2 ～ 3 分間経過すると、自動的に時刻モードに戻ります。

■ 気圧傾向グラフの見方

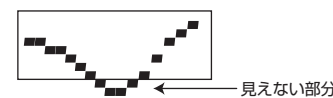
気圧傾向グラフは2時間おきに自動計測された気圧を連続して過去30時間分（16回計測）をグラフ表示するものです。
※グラフ表示は前回との差が 1hPa 以上あった場合に変化します。
主に、気圧の変化を読み、天気の傾向を知る「晴雨計」としてお使いください。

高度差の生じる移動および急激な天気、温度変化などによって気圧が大幅に変化すると、過去の気圧データがグラフ表示からはずれて見えなくなることがあります。なお、その後に計測された値が見えなくなった値に近いものになると、再び表示されます。

＜気圧傾向はこのように見ます＞
気圧傾向を見るときには、下記の表示例を参考にして気圧変化（お天気の傾向）の目安にしてください。
なお、測定場所の高度などの環境条件が変わると、気圧が変化して気圧傾向グラフに影響を及ぼしますのでご注意ください。

➔ 気圧が連続して上昇しているとき

気圧が上がり傾向（天気が良くなる）という目安になります。

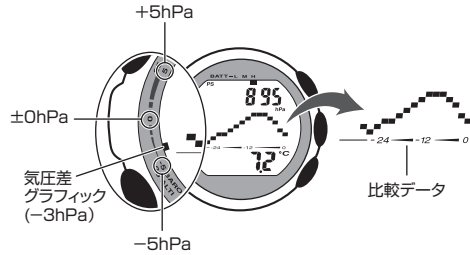
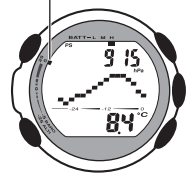
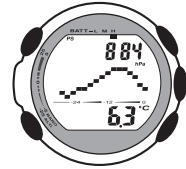
➔ 気圧が連続して下降しているとき

気圧が下り傾向（天気が悪くなる）という目安になります。

- ●温度・湿度の環境によって若干、気圧傾向のグラフが変ることがあります。あくまでも気圧傾向の目安として見てください。
- ●気圧計測時にセンサーが故障しているとき、または二次電池が消耗しているときや機能スリープ中には計測は行なわれず、その時間帯の気圧傾向は表示されません。

■気圧差グラフィックの見方

気圧差グラフィックは、気圧・温度計測モードで計測された値と、2時間おきに自動計測された最新の計測値との差をグラフィック表示しますので、最新の気圧傾向グラフからの変化を見ることができます

※気圧差グラフィックは1hPa単位で±5hPa範囲をグラフィック表示します。

例1：気圧差が－3hPaの場合

例2：気圧差が＋5hPaの場合

〈±5hPaを越えた場合は〉
グラフィックは点灯しません。

●気圧計測値が計測範囲（260～1100hPa）を越えた場合は、グラフィックは点灯しません。

■気圧調整のしかた

本機は、工場出荷時に大気圧に近い値を表示するように調整してありますので、**本来気圧の調整を行なう必要はありません**。正確な気圧計があって、その気圧に対して本機の表示が大きくずれている場合にのみ以下の操作にしたがい気圧を調整してください。この気圧調整を誤って使用しますと、気圧計測が正しく行なえなくなりますのでご注意ください。

1. 気圧・温度計測モードのとき、

Ⓐボタンを約2秒間押します

➟"OFF"(または温度)が点滅します。

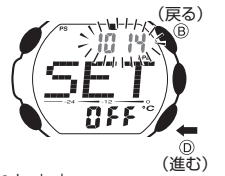
※なお、気圧が表示されるまで約4～5秒かかりますので操作せずにお待ちください。

2. 気圧を点滅させるには、

Ⓒボタンを押します

➟"OFF"(または気圧)が点滅します。

3. 気圧値のセットは、

Ⓓまたは Ⓑボタンを押します

➟Ⓓボタンを押すごとに1hPaずつ進み、Ⓑボタンを押すごとに1hPaずつ戻ります。

※それぞれ押し続けると早送りします。

※Ⓓ・Ⓑボタンを同時に押すと、"OFF"表示となり、工場出荷時に調整してある基準気圧に戻ります。

4. 気圧セット後、

Ⓐボタンを押します

➟気圧・温度計測モードの表示に戻ります。

※気圧調整状態で表示を点滅させたままにしておくと、2～3分後自動的に点滅が止まり、気圧・温度計測モードの表示に戻ります。

■温度調整のしかた

本機の温度計は、工場出荷時に調整してありますので、**本来温度の調整を行なう必要はありません**。正確な温度計があって、その温度に対して本機の表示が大きくずれている場合にのみ以下の操作にしたがい温度を調整してください。この温度調整を誤って使用しますと、温度計測が正しく行なえなくなりますのでご注意ください。

1. 気圧・温度計測モードのとき、

Ⓐボタンを約2秒間押します

➟"OFF"(または温度)が点滅します。

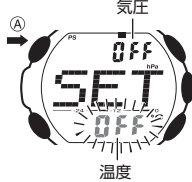
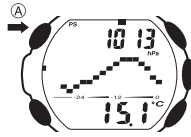
※なお、気圧が表示されるまで約4～5秒かかりますので操作せずにお待ちください。

2. 温度値のセットは、

Ⓓまたは Ⓑボタンを押します

➟Ⓓボタンを押すごとに0.1℃ずつ進み、Ⓑボタンを押すごとに0.1℃ずつ戻ります。

※それぞれ押し続けると早送りします。

※Ⓓ・Ⓑボタンを同時に押すと、"OFF"表示となり、工場出荷時に調整してある基準温度に戻ります。

3. 温度セット後、

Ⓐボタンを押します

➟気圧・温度計測モードの表示に戻ります。

※温度調整状態で表示を点滅させたままにしておくと、2～3分後自動的に点滅が止まり、気圧・温度計測モードの表示に戻ります。

■気圧ミニ知識

●気圧傾向グラフの便利な使い方

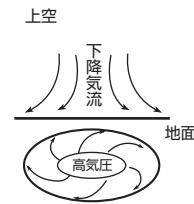
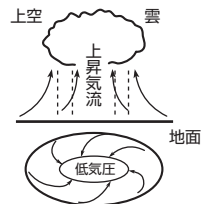
その1…ハイキングで
ハイキングや山登りなどで出発する前日の夜から朝までの気圧を測り、天気の傾向を知る目安にできます。

その2…ゴルフで
気圧の傾向が表示されるので、夕立が起こりやすいかなどの天気の傾向を知る目安にできます。

●気圧の変化を読むことにより、天気の予想ができます。

気圧は大気が動くにつれて変化しますので、気圧の変化を見れば天気が良くなるか、それとも悪くなるかをある程度予想できます。
＜気圧が高くなりつつあるとき＞➔天気は回復傾向
＜気圧が低くなりつつあるとき＞➔天気は下り坂傾向

その理由は･･･
高気圧あるいは低気圧が接近してくると右記のような天候の変化が生じるからです。

＜高気圧のとき＞
下降気流となるので雲は消え、天気が良くなる。

＜低気圧のとき＞
上昇気流となるので雲ができ、雨が降ってくる。

●大気圧について

テレビ、新聞などで発表される気圧値は、実際に山頂や平地や海上で計測した気圧値を海抜0mで測った値に計算していますので、山間部などは天気図上その場所の気圧値ではありません。
これは、気圧分布を見る（気圧を比較する）ためには一定の高さにおける気圧値として統一する必要があるからです。この一定の高さ（海抜0m）として修正することを海面更正といいます。

高度計測

本機の高度計測機能は、内蔵の圧力センサーで検出した変化量を国際民間航空機関（ICAO）が定めている国際標準大気（ISA）と照合し、高度に換算して表示するものです（相対高度計）。

＜ご注意＞

高度を計測する場合は、時計を素肌に直接つけるなどして、なるべく時計自体の温度を一定にし、温度変化の影響を受けないようにして行なってください。

※大気の温度変化および標高差による温度変化の影響を受けると多少の誤差がでることがあります。

■高度計測は何に使う？

その１…ハイキングや山登りで
山のふもとの出発地点から高度計測を開始すると、頂上まで何メートル登ったかがわかります。

その２…自宅の海抜高度がわかる
自宅から海岸まで移動し、この間の高度を計測すると、自宅の海抜高度がわかります。

その３…ビルの高さを測る
高層ビル付近の地上で“0m”に合わせてからビルに登ると、その高さがわかります。
※ビルの中では加圧調整や気温調整により誤差が生じたり計測できないことがあります。

●高度計測間隔の設定

1. **高度計測モードのとき、**

Ⓐ ボタンを約２秒間押します

➟“OFF”（または高度）が点滅します。
※ なお、高度が表示されるまで、約４～５秒かかりますので操作せずにお待ちください。

2. **計測間隔の設定に切り替える**

Ⓒ ボタンを２回押します

➟“SHORT”または“LONG”が点滅します。

3. **計測間隔を選ぶ**

Ⓓ ボタンを押します

➟Ⓓ ボタンを押すごとに、“SHORT”と“LONG”が切り替わります。
※ SHORT：ショート計測
LONG ：ロング計測

4. **計測間隔の設定後、**

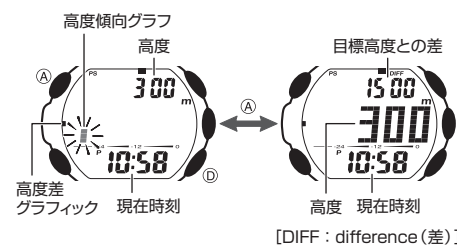
Ⓐ ボタンを押します

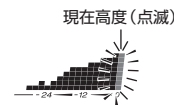
➟高度計測モードの表示に戻ります。

※高度計測間隔の設定で表示を点滅させたままにしておくと、２～３分後自動的に点滅が止まり、高度計測モードの表示に戻ります。

■高度計測のしかた

時刻モード、気圧・温度計測モードのときに Ⓓ ボタンを押して高度計測モードに切り替えると、そのときの高度を計測して表示します。

●表示の見方

※ モード切替え直後は高度表示に4～5秒かかる場合があります。

＜高度傾向グラフ＞
高度計測モードで計測した高度をグラフ表示します。
※グラフの単位は 10m です。

★表示切替えについて
Ⓐ ボタンを押すごとに、「高度・高度傾向グラフ」表示と「高度・目標高度差」表示とが切り替わります。

●高度計測について

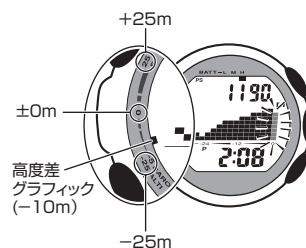
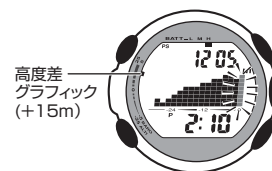
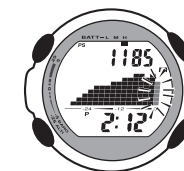
高度計測モードに切り替えると自動計測します。計測間隔は「ショート計測」と「ロング計測」のいずれかを選ぶことができます。（「高度計測間隔の設定」参照）
・ショート計測：５秒ごとに自動計測します。
・ロング計測　：最初の３分間は５秒ごとに計測し、その後は２分おきに自動計測します。

＜高度計測＞
表示範囲：－ 10,000m ～ 10,000m
表示単位：5m
計測範囲：－ 700m ～ 10,000m
計測単位：5m
※計測は表示範囲内の 10,700m 間で行ないます。
※本機の高度値は相対高度値ですので、基準高度の設定値により、実際は海面より高くてもマイナス表示されることがあります。
※計測値が計測範囲・表示範囲を越えた場合は、オーバー表示（－－－－－）となります。

高度計測モードでボタン操作を行なわずに一定時間*が経過すると、自動的に時刻モードに戻ります。
＊一定時間… ショート計測の場合は約１時間、ロング計測の場合は約 10 時間

■高度差グラフィックの見方

高度差グラフィックは、高度計測モードで連続して計測された値の差をグラフィック表示しますので、登りや下りの変化を見ることができます。
※高度差グラフィックは 5m 単位で± 25m 範囲を表示します。

例１：高度差が－ 10m の場合

例２：高度差が＋ 15m の場合

〈± 25m を越えた場合は〉
グラフィックは点灯しません。

■高度アラームの使い方

高度アラームは高度計測値が目標高度を経過したとき、５秒間電子音を鳴らす機能です。なお、高度アラームは高度計測モードでのみ作動します。

例：高度アラーム設定値（目標高度）が 130 mのときは、以下の場合に電子音が鳴ります。
　① 0 m地点から山を登り、130 m地点を通過したとき
　② 300 m地点から山をおりて、130 m地点を通過したとき

●目標高度のセットのしかた

1. 高度計測モードのとき、

Ⓐ ボタンを約２秒間押します

➟ "OFF"(または高度)が点滅します。
※ なお、高度が表示されるまで約4～5秒かかります。

2. 目標高度を点滅させるには、

Ⓒ ボタンを押します

➟ このとき、"OFF" または "On" が点灯します。

3. 目標高度のセットは、

Ⓓ または Ⓑ ボタンを押します

➟ Ⓓボタンを押すごとに5m ずつ進み、Ⓑボタンを押すごとに5mずつ戻ります。
※ それぞれ押し続けると早送りします。
※ Ⓓ・Ⓑ ボタンを同時に押すと、目標高度が "0 m" になります。
※ 高度アラームの目標高度は －10,000m～10,000m までセットできます。

(戻る)Ⓑ
Ⓓ(進む)

★高度アラームの ON/OFF 切替え

目標高度が点滅しているとき、

Ⓛ ボタンを押します

➟ Ⓛボタンを押すごとに、"Ⓜ" マークが点灯／不点灯を繰り返します。高度アラームを ONにするときは、"Ⓜ" マークを点灯させます。
※高度アラームの ON/OFF 切替えは、目標高度が点滅しているときのみ行なえます。

高度アラームON マーク

4. 目標高度のセット後、

Ⓐ ボタンを押します

➟ 高度計測モードに戻ります。

※目標高度セット状態で表示を点滅させたままにしておくと、２～３分後自動的に点滅が止まり、高度計測モードに戻ります。

●鳴っている電子音を止めるには

いずれかのボタンを押します。

■高度メモリー

高度メモリーは計測年月日・時刻と高度を 40 本、最高高度とそのときの年月日・時刻をメモリーします。
高度計測モードで Ⓓ ボタンを約２秒間押すと電子音が鳴り、計測年月日・時刻とそのときの高度をメモリーします。
※40本を越えてメモリーした場合は、一番古いデータが消去され、新たなデータがメモリーされます。
※最高高度は過去に計測した値のうち最大のものをメモリーします。

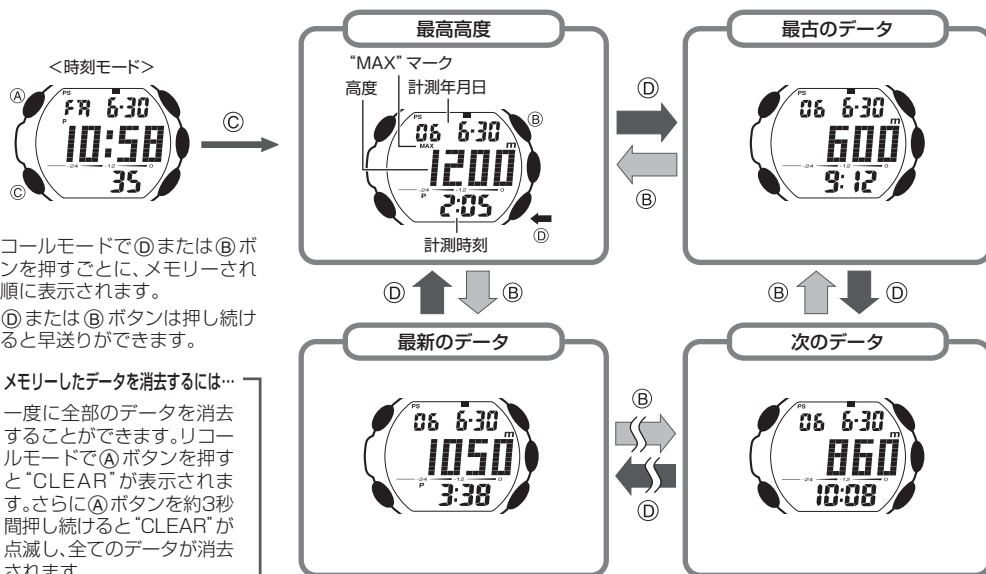
- メモリーしたデータは、リコールモードで見ることができます。（「メモリーしたデータを見る」参照）

■メモリーしたデータを見る

高度計測モードでメモリーしたデータはリコールモードで見ることができます。
※リコールモードにするには、時刻モードのときに Ⓒ ボタンを 1 回押します。

リコールモードでⓓまたはⓑボタンを押すごとに、メモリーされた順に表示されます。
※ⓓまたはⓑボタンは押し続けると早送りができます。

メモリーしたデータを消去するには…

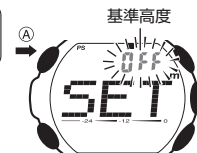
一度に全部のデータを消去することができます。リコールモードでⓐボタンを押すと "CLEAR" が表示されます。さらにⓐボタンを約3秒間押し続けると "CLEAR" が点滅し、全てのデータが消去されます。

■基準高度のセット

正確な高度計または高度基準の標識のあるところで基準高度をセットするときは、以下の手順で行なってください。

> 本機で表示する高度は、気圧の変化や、大気の温度変化および標高差による温度変化のために多少の誤差が出ることがあります。そのため、登山のときなどは、高度基準の標識と本機の示す高度とを照らし合わせ、以下の操作にしたがいこまめに高度をセットすることをおすすめします。

1. 高度計測モードのとき、

Ⓐ ボタンを約２秒間押します

➟ "OFF"(または高度)が点滅します。
※ なお、高度が表示されるまで約４～５秒かかりますので操作せずにお待ちください。

基準高度

2. 基準高度のセットは、

Ⓓ または Ⓑ ボタンを押します

➟ Ⓓボタンを押すごとに5m ずつ進み、Ⓑボタンを押すごとに5mずつ戻ります。

※ それぞれ押し続けると早送りします。
※ Ⓓ・Ⓑ ボタンを同時に押すと、"OFF" 表示となり、工場出荷時に調整してある基準高度(OFF)に戻ります。
※ 基準高度は－ 10,000 m～ 10,000 mまでセットできます。

3. 基準高度セット後、

Ⓐ ボタンを押します

➟ 高度計測モードの表示に戻ります。

※基準高度セット状態で表示を点滅させたままにしておくと、２～３分後自動的に点滅が止まり、高度計測モードの表示に戻ります。

■温度を優先的に計測するには

温度を優先的に計測するときは、本機を腕からはずすなど、体温の影響を受けないようにして行なってください。

※ただし、このとき表示される高度値は、温度変化の影響を受けるため、腕につけたまま計測した高度値と比べて若干の誤差を生じることがあります。

※実際の気温と時計の温度が同じになるまで約20～30分程度かかります。

●どちらかを優先して計測するときは

■高度ミニ知識

●高度と気圧・気温の関係

一般的に海面より高度が高くなるほど気圧は低くなり、気温は下がります。したがって、気圧がわかれば高度をある程度知ることができます。

本機では国際民間航空機関（ICAO）が定めている国際標準大気（ISA）の高度と気圧の関係を使って高度を推定する方法を採用しており、相対高度を表示します。

（国際標準大気より）

●使用例：海抜高度に近い値を得るには

海抜高度に近い値を表示するように使用するときは、海岸や山の標識などの海抜高度のわかるところで、計測の直前に高度を同じ値にセットしてください。

※日によって気圧の変化があるため、なるべく直前にセットしてください。

例）海抜高度 400 mの標識に合わせる

(1) A地点にて海抜高度400mの標識と同じ値に高度をセットします。
(2) A地点からB地点へ行き、高度を計測します。
(3) もし、B地点にも海抜高度標識があれば、もう一度海抜高度をセットします。

※気圧変化などによりB地点での海抜高度と誤差がある場合は、必ずセットし直してください。

★海抜高度に近い値として使うときの注意点

以下の条件下では正しく計測できない場合があります。

- 気象条件により大気圧が変化したとき
- 気温の変化が大きいとき
- 本機に大きな衝撃を与えたとき

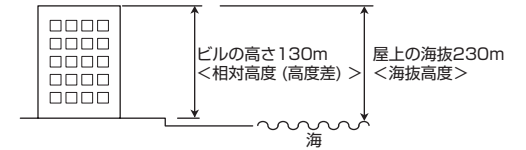
●高度の表現方法（相対高度と海抜高度）

高度を表わす方法には、以下の２通りがあります。

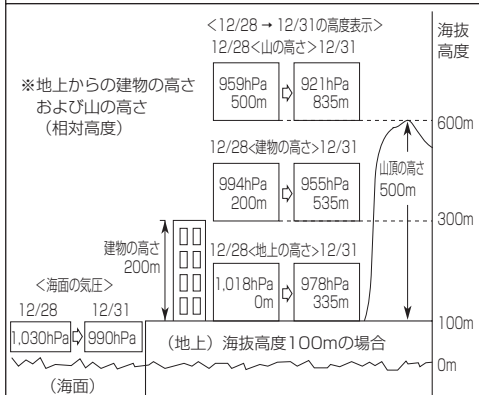
①**海抜高度**…海面からの絶対的な高さ

②**相対高度**…ある場所とある場所との高さの差（高度差）

※本機では、相対高度を計測します。

＜海抜高度と相対高度＞

●高度計測上のご注意

●本機は、気圧の変化を高度に換算しますので、同じ場所で高さを計測しても、気圧が変化すれば高度表示が変わります。

例：地上を0mにセットしても，気圧が変わると高度表示が変わる。
12月28日（晴，高気圧1,030hPa）に地上で0mにセットした場合，12月31日（雨，低気圧990hPa）に気圧が下がり，高度表示をみると地上が335m表示となる。

●天候の急激な変化により気圧や気温が大きく変化した場合は、正しく計測できなくなります。
　例：山登り中に低気圧が接近し、気圧が下がったときは、実際より高度が高く表示されます。

●急激な温度変化が計測値に影響を及ぼすため、なるべく時計自体に温度変化の影響を受けないように、素肌に直接つけるなどしてご使用ください。

●飛行機内でアナウンスされる高度は、飛行機の回りの大気圧を計測していますので、実際に機内で計測した高度と一致しません。

●本機の高度計測機能は計測周期の仕様上、以下のような短時間で高度が変化するスポーツには使用できませんのでご注意ください。
　例：スカイダイビング、ハンググライダー、パラグライダー、ジャイロコプター、グライダーなど

計測異常検出機能

センサーの故障および接触不良により正常な計測が行なえなくなった場合には、自動的に計測を停止し、下記の表示を行ないます。

■センサー故障が起きたとき

➠圧力センサーが故障したときは、“ERROR”を表示して、計測を中止します。

★なお、センサー故障のときは、お早めにカシオテクノ修理相談窓口にてチェックを受けてください。

＜気圧計測時＞

＜高度計測時＞

■“ERROR”表示となるときは

気圧・高度・温度を計測中に“ERROR”が表示された場合は、再計測を行なってみてください。それでも“ERROR”が表示されるようでしたら故障が考えられますのでカシオテクノ修理相談窓口にてチェックを受けてください。

ストップウオッチの使い方

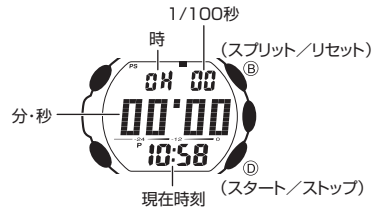
「操作のしくみと表示の見方」にしたがいⓒ ボタンを押し、ストップウオッチモードにします。

ストップウオッチは 1/100 秒単位で 23 時間 59 分 59 秒 99（24 時間計）まで計測できます。計測範囲を超えると、自動的に 0 に戻って計測し続けます。

■計測のしかた

ストップウオッチモードのとき、

Ⓓ ボタンを押します

➟Ⓓボタンを押すごとに、計測がスタート／ストップします。

- 計測中に Ⓑ ボタンを押すと、表示は止まりますが、内部では計測を続ける**スプリット計測**となります（SPL 表示）。
  ※スプリット計測中にモードを切り替えると、スプリットは解除されます。
- 計測終了後Ⓑ ボタンを押すと、計測値が 0 に戻ります（リセット）。

●通常計測

積算計測… ロスタイムのあるときは、ストップ後リセットせずに Ⓓ ボタンを押して再スタートすれば、表示タイムに引き続き計測を始めます。

●スプリットタイム（途中経過時間）の計測

Ⓓ → Ⓑ → Ⓑ → Ⓓ → Ⓑ
スタート　スプリット計測　スプリット解除　ストップ　リセット

<スプリット計測中>

●1・2 着同時計測

タイマーの使い方

「操作のしくみと表示の見方」にしたがいⓒボタンを押し、タイマーモードにします。

タイマーは 1 分単位で 24 時間までセットできます。セットした時間を経過（タイムアップ）すると、5 秒間電子音が鳴ります。

■タイマー時間のセット

1. セット状態にする

タイマーモード（計測リセット状態）のとき

Ⓐ ボタンを約 2 秒間押します

➟「時」が点滅します。

2. セット箇所を選ぶ

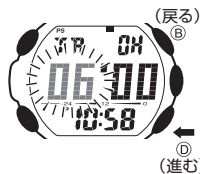
ⓒ ボタンを押します

➟ⓒ ボタンを押すごとに点滅箇所が「時」⟷「分」で移動します。セットしたい箇所を点滅させます。

3. 点滅箇所をセットする

Ⓓまたは Ⓑ ボタンを押します

➟Ⓓ ボタンを押すごとに 1 つずつ進み、Ⓑ ボタンを押すごとに戻ります。

※ Ⓓ・Ⓑ ボタンとも、押し続けると早送りします。

手順*2.*〜*3.*の操作を繰り返して、タイマー時間をセットします。

※タイマー時間を24時間に設定するときは、表示を "0H 00'00" にします。

4. セットを終わる

Ⓐ ボタンを押します

➟点滅が止まり、セット完了です。

※ 点滅表示のまま2〜3分間すると、自動的に点滅が止まります。

■タイマーの使い方（減算計測のしかた）

タイマーモードのとき

Ⓓ ボタンを押します

➟Ⓓボタンを押すごとに計測がスタート／ストップします。

※計測は 1 秒単位で行ないます。

★計測ストップ後 Ⓑ ボタンを押すと、計測前の表示に戻ります（リセット）。

★ロスタイムがあるときは、Ⓓ ボタンでストップ後、もう一度 Ⓓ ボタンを押すと表示タイムに引き続き計測を始めます。

■タイムアップになると

セットした時間を経過すると、5 秒間電子音が鳴り、タイムアップを知らせます。

■鳴っている電子音を止めるには

いずれかのボタンを押すと音が止まります。

アラーム・時報の使い方

「操作のしくみと表示の見方」にしたがいⓒボタンを押し、アラームモードにします。

時分を設定できるアラームが5本あり、設定した時刻になると10秒間電子音が鳴ります。
また、毎正時（00分）に時報を鳴らすこともできます。

■アラーム時刻のセット

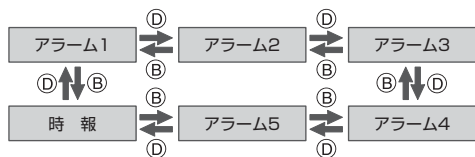
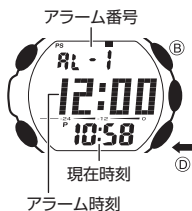
1. アラームを選ぶ

アラームモードのとき、

Ⓓまたは Ⓑ ボタンを押します

➡ⒹまたはⒷボタンを押すごとに以下の順で表示が切り替わりますので、設定したいアラームを選びます。

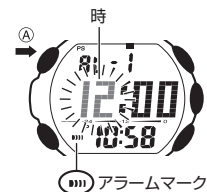
※ アラームモードに切り替えた直後は、前回このモードで最後に表示していたアラームを表示します。

アラーム1 ⇄(Ⓓ/Ⓑ) アラーム2 ⇄(Ⓓ/Ⓑ) アラーム3
Ⓓ⇅Ⓑ　　　　　　　　　　　　　Ⓑ⇅Ⓓ
時報 ⇄(Ⓑ/Ⓓ) アラーム5 ⇄(Ⓑ/Ⓓ) アラーム4

2. セット状態にする

Ⓐ ボタンを約2秒間押します

➡「時」が点滅します。

※ アラームマークが点灯して、自動的にアラームがONになります。

時
アラームマーク

3. セット箇所を選ぶ

ⓒ ボタンを押します

➡ ⓒ ボタンを押すごとに点滅箇所が「時」⟷「分」で移動します。セットしたい箇所を点滅させます。

4. 点滅箇所をセットする

Ⓓ または Ⓑ ボタンを押します

➡ Ⓓ ボタンを押すごとに1つずつ進み、Ⓑ ボタンを押すごとに戻ります。

※ Ⓓ・Ⓑ ボタンとも、押し続けると早送りします。

手順*3.*～*4.*の操作を繰り返して、アラーム時刻をセットします。

※「時」のセットのとき、午前／午後（P）または24時間制にご注意ください。

5. セットを終わる

Ⓐ ボタンを押します

➡点滅が止まり、セット完了です。

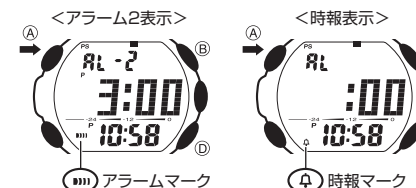
※ 点滅表示のまま2～3分間すると、自動的に点滅が止まります。

■アラーム・時報のON／OFF設定

準備：アラームモードのとき、Ⓓ または Ⓑ ボタンを押して、鳴らしたいアラームを選びます。また、時報を鳴らしたいときは時報表示を選びます。

Ⓐ ボタンを押します

➡ Ⓐ ボタンを押すごとにアラームまたは時報の ON ／ OFF が切り替わります。

※それぞれのマークが点灯しているときがONとなり、アラーム・時報が鳴ります。

■鳴っている電子音を止めるには

いずれかのボタンを押すと音が止まります。

■モニターアラーム

アラームモードのとき、Ⓓボタンを押し続けると、押し続けている間、アラーム音が鳴ります。

時刻・カレンダーの合わせ方

以下の操作は時刻モードで行ないます。

充電切れなどで、時刻やカレンダーが合っていないときは、以下の方法でセットします。

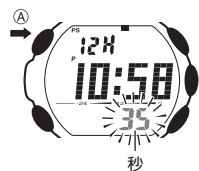
※パワーセービング機能のON ／ OFF 設定も以下の操作で行ないます。

■セットのしかた

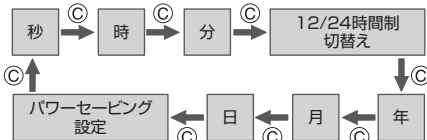
1. セット状態にする

時刻モードのとき

Ⓐ ボタンを約2秒間押します

➡「秒」が点滅します。

2. セット箇所を選ぶ

ⓒ ボタンを押します

➡ ⓒ ボタンを押すごとに以下の順で点滅箇所が移動します。設定したい箇所を点滅させます。

3. 点滅箇所をセットする

Ⓓ または Ⓑ ボタンを押します

➡ Ⓓ または Ⓑ ボタンで点滅箇所をセットします。

★「秒」セットのときは…

Ⓓボタンを押すと「00秒」からスタートします。

※秒が00～29のときは切り捨てられ、30～59のときは1分繰り上がって「00秒」になります。（時報は「時報サービス117番」が便利です。）

★「時」「分」「年」「月」「日」セットのときは…

Ⓓ ボタンを押すごとに点滅箇所の数字が進み、Ⓑボタンを押すごとに戻ります。

※Ⓓ・Ⓑボタンとも、押し続けると早送りします。

★「12/24時間制切替え」のときは…

Ⓓボタンを押すごとに12時間制表示"12H"と24時間制表示"24H"が切り替わります。

★「パワーセービング設定」のときは…

Ⓓ ボタンを押すごとにパワーセービング機能のON ／ OFFが切り替わります。

※パワーセービング機能をONにすると、セット完了後、パワーセービングマークが点灯します。

ⓒボタンを押して点滅箇所を移動させ、Ⓓ またはⒷボタンを押してセットする操作を繰り返して、時刻・カレンダーを合わせます。

※「時」のセットのとき、午前／午後（P）または24時間制にご注意ください。

※「年」は00（2000年）～99（2099年）の範囲内でセットできます。正しくセットすると、自動的に曜日が算出されます。

※カレンダーはうるう年および大の月、小の月を自動判別するフルオートカレンダーです。

4. セットを終わる

Ⓐ ボタンを押します

➡点滅が止まり、セット完了です。

※ 点滅表示のまま2～3分間すると、自動的に点滅が止まります。